



CIRCOLARE

110 ZM

Destinatari

data 11/02/2021

Genitori	☐	Ass. amm.	☒
Docenti	☒	Ass. tecn.	☒
Allievi	☐	Collab. Scol..	☒
Dir. Scol.	☒	Dsga	☒

Oggetto: formazione del personale per la gestione dello stress lavoro correlato

Informo con piacere tutto il personale che la Pearson Italia SpA ha proposto a questo Istituto un corso di formazione per la riduzione dello stress e la gestione dell'ansia che questo periodo emergenziale ha sicuramente aumentato.

Visto che il personale scolastico è in prima linea nella relazione con un'utenza fortemente penalizzata della pandemia, considerata la posizione di preminenza in cui è stata posta la scuola all'interno del dibattito politico italiano e, non ultimo, constatata l'insoddisfazione di molti per la didattica a distanza, tutti i dipendenti della scuola hanno dovuto affrontare molte difficoltà nell'ultimo anno ed hanno sperimentato un sovraccarico a causa del peggioramento delle condizioni di lavoro.

La Pearson propone un Corso di Mindfulness, una tecnica che è stata già sperimentata sia negli Stati Uniti, dove è nata, sia in Europa.

Per chi volesse approfondire aggiungo un link su Jon Kabat Zinn, il fondatore della mindfulness,

<https://www.centromindfulness.net/come-nasce/>

In allegato trovate la proposta della Pearson, l'IIS Bodoni Paravia si fa carico del costo del corso che sarà attivato con almeno 20 adesioni. Il corso è rivolto a tutto il personale, docenti ed ATA, le iscrizioni possono essere raccolte via mail segnalando il proprio interesse o anche l'interesse congiunto di più colleghi, al protocollo,

indirizzo bopa@bodoniparavia.it

Specificate nell'oggetto CORSO DI MINDFULNESS.

Le adesioni dovranno pervenire entro lunedì 22 febbraio 2020.

LA DIRIGENTE SCOLASTICA

*Prof.ssa Elena Maria GARRONE

*Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art.3 comma 2 D.Lgs n 39/1993